

## المشروبات الغازية

أضرار المشروبات الغازية على الجسم:

١- ارتفاع سكر الدم عليه وأصده عاربه من الكولا تحتوي على ٣٩ جراماً من السكر وهذا قدر كبير ليتم تناوله في وقت واحد خاصة من مشروب

٢- زيادة الوزن

٣- تضر الجلد

٤- تضر الأسنان

٥- مشاكل النوم

٦- التعجيل بالوفاة

تعبير كتابي

سارة ٦

C O M E T R U E .

عن اضرار المشروبات الغازية وانها عديدة أصمها صمغاشة العظام

وتسوس الأسنان، وزيادة الوزن والسمنة المفترضه، وعسر الهضم وقلة

كفاءة الجهاز الهضمي كما انها تسبب انخفاض القدرات العقلية للطفل،

لأنه إلى هناك اكثريه يدوم لوابأن المياه الغازية تسبب الهضم، إلا

أن ما يحدث هو زيادة للداخل لأن ثاني اكسيد الكربون لجسم الانسان،

التعبير الكتابي

ريقال سادس

You're not

what they

you are

١- ارتفاع سكر الدم عليه واحدة عادية من الكولا

تحتوي على ٣٩ جراماً من السكر، وهذا قدر كبير

لن يتم تناوله في وقت واحد .

٢- زيادة الوزن .

٣- تضرر الأسنان .

٤- تلف في الكبد .

٥- هشاشة العظام وتسبب أمراض الكلى .

٦- تسبب ارتفاع ضغط الدم والسكري .

ديما ٦

تعبير كتابي



أَمْلاً، منقول

يُنْزِلُ زُرْعَمَ

اسْتَجَابَ نَبِيُّ اللَّهِ إِبْرَاهِيمُ - عَلَيْهِ السَّلَامُ -

لِأَمْرِ رَبِّهِ بِمَقْدِمٍ إِلَى مَكَّةَ وَهِيَ وَادِيسٌ بِوَزْعٍ

وَتَرَكَ فِيهِ ابْنَهُ إِسْمَاعِيلَ وَأَمَرَ أَنَّهُ مُجْبِرٌ، ثُمَّ ارْتَحَلَ

عَنْهُمْ وَبَقِيَ **الْاثنان** : فَانْزَلَ إِسْمَاعِيلُ يُمَانِيَانِ

**الْوَحْدَةَ وَالْقَطَشَ** ، وَعِنْدَمَا **الشَّدَّ** عَطَشَ إِسْمَاعِيلُ

وَأَتَتْهُ **الْبُكَاءُ** أَسْرَعَتْ أَهْلًا تَحْتَ عَنِ الْمَاءِ ، فَصَفَرُ

جَبَلِ **الضَّفَا** ، ثُمَّ جَبَلَ **الْمَرْوَةَ** فِي ثَنَاءٍ ذَلِكَ فَجَزَّ **الْأَاصَاتَيْنِ**

قَدَمَيْ إِسْمَاعِيلَ ، فَزَجَعَتْ أُمُّهُ إِلَيْهِ وَشَرِبَا ، ثُمَّ سَكَنَ

النَّاسُ مَقْعَهُمْ بِسَبَبِ هَذَا **الْمَاءِ** الَّذِي أَصْبَحَ **اسْمُهُ**

مِنْ فَوَائِدِ الصَّلَاةِ

شَرَعَ الْإِسْلَامُ أَدَاءَ الصَّلَاةِ وَالنَّحْسَ بِجَمَاعَةٍ

فِي الشَّجَرِ، حَيْثُ يُؤْتَى لَهَا، لِعِزَّةِ الْفَقِ

«أَمْرٌ مِنْهُ»

فُضِّلَتْ صَلَاةُ الْجَمَاعَةِ عَلَى صَلَاةِ الْفَرْدِ بِسَبْعٍ وَ

عَشْرِينَ دَرَجَةً.

اُسْتَرَاتِيجِيَّةٌ فَجْوةُ الْمَعْلُومَاتِ

اُسْلُوبُ الشَّرْطِ

ميسون ٦



## أضرار المشروبات الفارسية

أنها ترفع ضغط الدم بعد عدة دقيقة وتسبب  
المرض السكري و هشاشة العظام وأنها تحوي كميات  
كبيرة من السكريات وتسبب نقص الكالسيوم  
أن المهددة لا تستطيع أن تصفي الفارات الموجودة في  
المشروب الفارسي يجب تجنب تناول المشروبات الفا  
والاستغناء عنها بالفواكه الطبيعية والعصيرات  
المبارجة.

تعبير كتابي  
ريماس ٦



## «أنا النحلة»

هل تعلم كيف أقضي يومي؟

في عمل دائب أصدوا في الصباح

الباكرو انطلق في نشاط فاطير

بين المروج والحقول وأصيط على

القطن فأمل معه حيث مال ثم انطلق

إلى الزهر فأمتص منه الرحيق ما أشاء

ثم أخرج من هذا الرحيق شراباً

للوّ للنا من ثمناي وسفاتي

رنيم

موضوع الدرس المشروبات الغازية اليوم... الأربعاء... التاريخ ٨/٥/١٤٤٢ هـ

- ١- المشروبات الغازية لا تملك أي قيمة غذائية.
- ٢- يوجد فيها ملونات صناعية وأحماض اصطناعية والكثير من السكريات.
- ٣- وكثرة السكريات التي فيها تتحول إلى دهون ومن الممكن الإصابة بمرض السكر.
- ٤- وبعد شربها تأتي بضغط مزمن مما يؤدي لاجتماع المرضين.
- ٥- وأيضا المشروبات الغازية تمتص الفلورايد والحديد والكثير من الفيتامينات الهامة في الجسم.
- ٦- والأطفال يستبدلونها بالعمائر المعدنية والفيتامينات.

تعبير كتابي

ملك ٦



١- ارتفاع سكر الدم عليه واحدة عادية من الكولا

تحتوي على ٣٩ جراماً من السكر، وهذا قدر كبير

ليتم تناوله في وقت واحد.

٢- زيادة الوزن.

٣- تضرر الأسنان.

٤- تلف في الكبد.

٥- هشاشة العظام وتسبب أمراض الكلى.

٦- تسبب ارتفاع ضغط الدم والسكري.

ديما ٦

Subject : .....

Date : .....

الموضوع : الناحية  
التاريخ : ٢٨ / ٦ / ٢٠٢٠

كَلَّ تَقْلَمُ كَيْفَ أَقْفَى يَوْجِي كَيْفَ أَقْفَى فِي

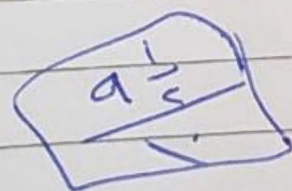
كَلَّ دَائِبٌ أَصْوَفِي الْمُبَاحِ الْبَاكِرُ وَأَنْطَلَقَ فِي

خَشَابَةٍ مَا ظَهَرَ مِنَ الْخُرُوجِ وَالْقَوْلُ مَا أَصْبَحَ عَلَى

غُصْنٍ مُنْفِرٍ فَأَصْبَحَ حَيْثُ نَالَ مَا تَمَّ أَنْطَلَقَ إِلَى

الرُّهْرِ فَأُطْلِقَ مِنَ الرَّجِيفِ مَا أَشَاءَ وَتَمَّ أَخْرَجَ هَذَا

الرَّجِيفُ ثَمَّ بَأْسَلُو كَافِيَةً لِلنَّاسِ عِذَائُ وَخَشَابَةُ



ترنيم ٦



حل تعلم كيف أقضي يومي؟ إني أقضي في عمل

✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓

دائِب، أضحوني الصباح الباكر، وأنطلق في نشاط

✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓

، فأطير بين المروج والحقول، وأدب على

✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓

غصن صغير فأميل معه حيث مال، ثم أنطلق إلى

✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓

الزهر فأمتص من الرحيق ما أشاء، ثم أخرج هذا

✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓

الرحيق شرباً دلوّاً فيه الناس غداء وشفا.

✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓

÷

ديما ٦

## املاء اختياري

بمعنى توقيف الحذر عند استقدام المعليات

التي آتت على مستهلك المعليات الحفاظ

على الجودة المنتجة وسلامتها في المنزل

بما اقيم الاتباع طراحي الحفظ والتخزين

الصحيحة والمناسبة التي تكون موصوفة في

بطاقات تعليمات المنتج

روى ٦



هل تعلم كيف تنظف يومك؟

سواء في عملك أو في البيت

أبعد عن الطماطم الباكورة وانطلق في فنتامول

فاطير بيت الصلح والحقول، واحبها على غلظن  
طفيل

فايوا روعة حبة مال لثم انطلقا والزهر فاصطر

عن الوديع ما لم يتم اخرج هذا الوديع قشرا يا

حلوانه لنا لو غدا مع قفاز

مزون

٩

١٠

## أنا النحلة

هل تعلم كيف أقضي يومي؟ إني أقضي في <sup>عمل</sup> ~~العمل~~ دأب، أصعد في

الصباح الباكر، وأنطلق في نشاط، فأطير بين المروج والعقول،

وأصعد على غصن صغير فأقبل حيث مال، ثم أنطلق إلى الزهر

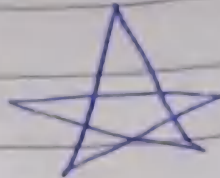
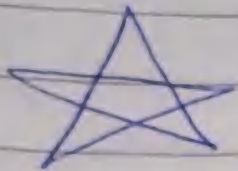
فأملأ من الرحيق ما أشاء، ثم أخرج هذا الرحيق شرباً حلواً

فيه للناس غذاء وشفاء.

بملاية سارة حسن

سارة ٦



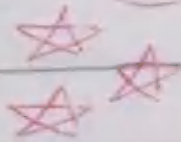
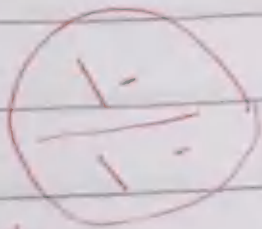


واهبط على غصن صغير فأقبل معه حيث

سأل، ثم انطلق إلى الزهر فأمتص من

الرحيق ما أشاء، ثم أخرج هذا الرقيق

شرايبًا حلوا فيه للناس عذاء وشفاء.



قمر ٦

هل تعلم كيف أقضي يومي ؟

أني أقضي فقه على راتليها، أصحو قبح الصباح

الباكر، وانطلق فقه نشاطه قاطير بيت المرح و

الحقول، كما هبط على غصن صغير، قاميل

مع حيث مال، ثم انطلق إلى الزمر فاقلمص منه

الرجيق، ما أنشأه، ثم أخرج لهذا الرجيق شراياً

حلواً فيه، للناس نغزاء وشقاء و

يسرا

يسرا ٦



أَنَا السُّخْلَةُ

قُلْ تَتْلُمُوهَ كَيْفَ أَقْضِي يَوْمِي؟

إِنِّي أَفْنِيهِ فِي عَمَلٍ وَآثَرٍ

أَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ الْأَبْرَارُ وَأُنْفِثَ فِي نَسَاطَةٍ

فَأَطِيعُوا أَمْرَ الْمَرْحُومِ وَالْمَرْحُومِ وَأَطِيعُوا أَمْرَ الْمَرْحُومِ

صَغِيرًا فَأَصْبَحَ ~~مُحَاجًّا~~ حَيْثُ قَالَ مَا نَمُ الْفُلَانِ

إِلَى الزَّهْرَاءِ مِنْ رَحِيْقِ مَا أَشَاءَ ثُمَّ أَخْرَجَ

هَذَا الرَّسِيْقُ شَرَابٌ مُلَوَّنٌ فِيهِ لِلنَّاسِ عَذَابٌ

شفا

✱ ☆

## ریماس ۶

## أخا النضلة

هل تعلم كيف أقضي يومي؟  
أقضي يومي في

عمل دائم، أتعلم في الصباح الباكر،

وانطلق في نشاط، فأطير بين المروج

والحقول، وأهبط على غصن صغير،

فأميل معه حيث مال، ثم أنطلق إلى

الزهر فأصط من الرحيق ما أشاء، ثم

أخرج حذاء الرحيق شراباً طويلاً للناس

غذاء وشفاء

سارة عبدالله

عنوان الدرس

التاريخ ١٢ / /

شرباً ملئاً فيه للناس غذاء وشفاء ✓ ✓ ✓ ✓ ✓

١٠ / ١٠

غلا ٦

AMASK



## رَأَى النحلة

فل تعلم كيف أقضي يومي؟

إني أقضيه في عمل دائب،

أصعدوا في الصباح الباكر،

وانطلق في شراط، فأطير بين

المروج والحقول، وأهبط على غصن

صفير فأمل معه بيت مال،

ثم انطلق إلى الزهر فأمتص من

الرحيق ما أشاء، ثم أخرج هذا الرقيق

التاريخ ١٤٤٤/١/٨

(إملاء اختياري) أنا النحلة

فل تعلم كيف أقضي يومي؟  
أقضي في عمل دائب، أصحو في الصباح الباكر،  
وأنتقل في نشاط، فأطير بين المروج والحقول،  
وأهبط على غصن صغير، فأصل صمه حيث  
صلا، ثم أنطلق إلى الزهر، فأمتص من الرحيق  
صاقتاء، ثم أخرج هذا الرحيق شراباً حلواً  
فيه للناس غداء وشفاء.

ألين ٦

موضوع الدرس: ~~السلامة~~ اختباري اليوم... ~~الدراسة~~ التاريخ ٢٨ / ٦ / ٢٠٢٠

أنا النحلة

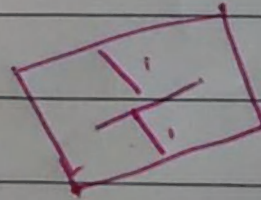
هل تعلم كيف أقضي يومي؟ ~~أني أقضيها في عمل بالأمم، أهدو في~~

الصباح الباكر، وأنطلق في نشاطي، فأفريق بين الريح والحقول،

وأهبط على غصن صغير، فأمل ما حيث مال، ثم أنطلق إلى الزهور،

فأمتلئ من الرحيق المثلج، ثم أخرج هذا الرحيق سراجاً حلواً فيه الناس

غذاء وشفاء.



ملك ٦